énéo Info

Trimestriel | 10 | Janvier 2015

Énéo Charleroi

Accompagnement des mandataires Énéo dans les CCCA p. 4

Édito : 60ème anniversaire p. 5

Agenda 2015 p. 18

La Mutualité en fête p. 18

La Francodyssée, c'est reparti ! p. 21

Le Parlement européen ! p. 23

édito

La retraite

Curieuses expressions que celles qu'aime à véhiculer le droit social et, avec lui, la société ! La « retraite », quand ce n'est pas la « survie ». Je sais que c'est là le produit de l'histoire. L'on y verra le reflet d'une société qui était toute entière dominée par le travail — pour être clair, celui de l'homme —.

Je me retire, comme en Russie du temps de Napoléon. Il y a des images plus sympathiques. Je survis au décès de mon conjoint, comme si j'avais disparu avec lui mais que je m'en réchappais grâce au filet qu'offre notre système social. Il y a des expressions moins morbides.

Il faut se méfier de ces images péjoratives, dévalorisantes et, pour tout dire, infantilisantes. Sans rien ignorer de situations difficiles que les uns et les autres peuvent connaître, il faut, à mon sens, bannir de tels mots de notre langage si nous voulons tenir compte de la situation des aînés, ici et maintenant.

Les situations, en effet, ne se ressemblent pas.

Il est des hommes et des femmes qui, après une vie de travail absorbante et fatigante, aspirent à prendre un peu de distance et à couler comme on dit, une existence tranquille. Tant mieux pour eux, s'ils sont en mesure de concrétiser ce souhait. Qui aurait l'audace de les en blâmer ?

Il en est d'autres qui retrouvent, au moment où ils quittent le milieu du travail, des espaces de liberté. C'est l'occasion de mener ou de poursuivre un ensemble d'activités. Seuls ou ensemble. Et notamment grâce aux activités démultipliées que leur propose Enéo — que ce soit dans le domaine de la culture, de l'éducation permanente, des sports ou des vacances —. Ou à la faveur des tâches que des grands-parents assument au profit de leurs petits-enfants.

Il en est d'autres encore qui se placent dans une perspective plus collective — et souvent plus solidaire —. C'est le moment où jamais, pensent-ils, de mettre à la disposition des autres une expérience, un savoir-faire, une connaissance de la vie, avec ses joies et ses déceptions. Le travail ne manque pas pour cette armée de volontaires.

A chacun de trouver le style et le rythme qui lui convient.

Car telle est ma conviction. Il y a mille façons pour les aînés de bénéficier d'une pension sans pour autant apparaître comme adeptes de la « retraite » ou de la « survie », au sens premier du terme.

Francis Delpérée, Président d' énéo

Save The Date

Tissons ces liens qui nous font du bien
Les solidarités,
c'est bon pour le moral !

Quand ? Jeudi 5 février 2015 à Bouge de 9h30 à 16h30

Quoi ? Journée de lancement du projet « solidarités intergénérationnelles »

Les solidarités intergénérationnelles : réciprocité, entraide, don de soi, échange donnant-donnant, ou gagnant-gagnant ? Toujours une expérience à vivre ! Une journée pour échanger, partager, s'éveiller, s'informer, se donner des idées, …

Où ? Auditorium CSC Chaussée de Louvain 510 à 5004 Bouge

Inscriptions au 02 246 46 73 ou via email eneo@mc.be
Participation aux frais : Membres Énéo 6 € / Non-membres 10 €

Couleurs Aînés 6 & 7 novembre 2014

Énéo vient de clôturer la première édition de Couleurs Aînés au Thon Hôtel. Deux journées de réflexion et d'animations qui ont permis de porter un regard différent sur les aînés, les baby-boomers, les jeunes-vieux, les mi-vieux, les vieux-vieux,…

FESTIVAL
COULEURS
AÎNÉS
BRUXELLES 6-7 NOVEMBRE
MAIS QUI SONT LES AÎNÉS?
POURQUOI LES AÎNÉS VOYAGENT-ILS?
Y A-T-IL UNE VIE APRÈS LE TRAVAIL?
LE SPORT PERMET-IL DE BIEN VIEILLIR?
LES AÎNÉS SONT-ILS PRIS POUR DES PIGEONS?
TECHNOLOGIE ET DÉPENDANCE… QUI DÉCIDE?
2 ACHETÉS = 3 PAYÉS

Le 6 novembre, 160 aînés provenant de l'ensemble des provinces francophones ont été amenés à réfléchir sur six thèmes :

- Mais qui sont les aînés ?
- Y a-t-il une vie après le travail ?
- Le sport permet-il de bien vieillir ?
- Les aînés sont-ils pris pour des pigeons ?
- Technologie et dépendance… Qui décide ?
- Pourquoi les aînés voyagent-ils ?

Cet événement était aussi l'occasion pour notre mouvement de « clôturer » le projet Imag'Aînés porté au cours des deux dernières années. Les participants ont eu l'occasion de découvrir, lors du Happy Hours, les réalisations de l'ensemble des régionales, la galerie de mots « Mots songes ou Mensonges ? » ainsi qu'une fresque réalisée sur place.

Le 7 novembre les travaux d'Énéo[1] ainsi que les réflexions de la veille ont été confrontés aux représentants institutionnels du secteur du vieillissement ainsi qu'à des représentants du monde politique afin de répondre à la question : « Quels sont les changements individuels et collectifs, culturels, institutionnels ou politiques nécessaires afin de modifier les rapports de la société aux aînés ? ».

Pour les aînés présents, les personnes âgées ne sont pas des personnes pour lesquelles on fait « à la place de », ce sont avant tout des citoyens qui continuent leur parcours de vie et qui souhaiteraient vivre dans un monde où il fait bon vivre pour chaque génération sans discrimination. Énéo a profité de l'occasion pour dévoiler le spot de sa nouvelle campagne « Une vie après le travail »[2] car pour Énéo, la préparation à la retraite doit être pensée par la société, les employeurs et surtout par les futurs retraités. Couleurs aînés s'est clôturé sur une note très positive grâce aux messages encourageants des aînés sur les aînés et leur avenir dans la société. Le travail d'Énéo ne s'arrête pas là, il continue et les nouvelles thématiques autour des solidarités entre générations devraient nous permettre de définir petit à petit une société « Aînés admis ».

Retrouvez le compte rendu de ces deux journées dans notre prochain n° de « Balises » qui sortira fin janvier 2015.

Franck Moinil, chargé de communication

(1) Etudes et analyses disponibles sur www.eneo.be ou au 02/246 46 73
(2) Vidéo disponible sur www.eneo.be

Il n'y a pas d'âge pour être Barje !

Drôle et caustique, Barje est loin d'être sage comme une image. Cette héroïne de bande-dessinée à l'allure de "vieille sage" débarque en 2015 dans les colonnes de l'énéo-info.

Offrant un regard décalé sur le monde, sous forme de petits gags composés de trois ou quatre cases, Barje aborde tous les sujets pour le plus grand plaisir du lecteur : politique, société, économie, management… Avec son expression renfrognée et perspicace, ce personnage au teint jaune et à la tignasse bleue mène des raisonnements philosophiques en observant les absurdités du quotidien.

Issue de l'imagination fertile et décapante de deux auteurs bruxellois (Sylvie et Alex) réunis sous le pseudonyme de SKAD, Barje est l'héroïne d'un album 100 % Made in Belgium lancé en décembre 2013. En compagnie de ses amis, un joyeux groupe à l'alchimie étrange, elle confirme une chose simple : on est tous Barje ! C'est d'ailleurs le titre du premier tome de ses aventures, à découvrir sans modération.

Anne Lepère, responsable des publications

Plus d'infos ?
www.barje.be - info@barje.be

Accompagnement des mandataires Énéo dans les CCCA

Quoi de neuf ?

Les volontaires auxquels le mouvement confie un mandat sont nombreux. Ces volontaires engagés nous représentent dans de multiples lieux de décisions et/ou de consultation comme les centres culturels, les bibliothèques, la commission consultative de l'Aménagement du territoire et de la mobilité, … et dans des **C**onseils **C**onsultatifs **C**ommunaux des **A**înés (CCCA).

Le mouvement épaule et soutient ses mandataires. C'est ainsi que lors de la Senior Academy (avril 2014) des ateliers ont eu lieu, pour répondre aux questionnements lors d'échanges sur les succès comme sur les écueils rencontrés dans le (dys)fonctionnement des conseils. De ces échanges sont nées 16 fiches[1] destinées à guider le mandataire tout au long de la législature. Ce sont les volontaires (dont deux tiers sont membres d'un CCCA) de la Commission fédérale Citoyenneté et Vieillissement Actif qui s'y sont collés et proposent, au travers de fiches thématiques : des pistes d'action, de la méthodologie, des stratégies, des grilles de lecture qui permettent à chacun de défendre les attentes et les besoins des aînés de sa commune. Mais le plus important c'est que ces fiches partagent un vécu riche d'enseignements là où un CCCA est créé dans le respect de l'esprit de la circulaire Furlan. Cette dernière demande à chaque commune de créer un CCCA. La circulaire étant non-contraignante, mais vivement conseillée, Énéo souhaiterait qu'elle devienne un décret et ait alors force de loi. Les fiches donnent un sérieux coup de main, là où les initiatives sont compliquées lorsque l'esprit de la circulaire fait défaut ou simplement là où une commune refuse de créer un CCCA pour des tas de raisons toujours non recevables.

[1] **Ces fiches sont disponibles sur le wiki. Pour y accéder un mot de passe est nécessaire. Renseignez-vous auprès de votre régionale. La page est accessible par la table des matières de la page d'accueil sous la dénomination précise « Accompagnement des mandataires CCCA ».**

Un travail collectif entamé depuis plus de deux ans

Notre volonté en tant que mouvement social des aînés est que les aînés restent des citoyens actifs dans leurs domaines et dans leur commune. Le CCCA est en soi une instance consultative vers laquelle le Collège des Bourgmestre et échevins peut se tourner avant de prendre des décisions. S'il ne le fait pas, c'est au CCCA de l'interpeller pour lui rappeler son existence et lui faire part de son avis constructif et argumenté. Pour cela, il doit être représentatif des aînés de la commune et faire entendre la voix de tous les adultes âgés. Il doit pour cela être un lieu de débat, dans lequel les décisions se prennent près avoir argumenté et abouti à un consensus. Ce qui n'est pas simple. Il faut au préalable connaître l'importance des enjeux à défendre, s'assurer que la présidence du conseil soit confiée à un aîné, que chacun des membres puisse s'exprimer.

Grâce aux CCCA, de nombreuses initiatives sont possibles et une confiance peut exister entre les instances communales et cet organe consultatif. La confiance mutuelle et la complémentarité se construisent chaque jour, dans le traitement de chaque dossier traité. Les fiches aident[1] à trouver de la méthode, à s'organiser, à trier les informations essentielles, à trouver des alliés pour défendre ses idées et faire avancer la cause des adultes âgés. Elles viennent aussi en soutien des réunions régionales et provinciales qui rassemblent déjà des mandataires. Nous avons tous à apprendre de l'expérience des uns et des autres.

Témoignages

« C'est une mission enrichissante que de faire partie d'un CCCA, et je suis fière de ce que nous accomplissons »

« Je rêve d'une ville amie des aînés, c'est pour cela que je me suis impliquée dans le CCCA »

« Ensemble, avec d'autres mouvements proches, nous pouvons nous entraider et convaincre »

« Je m'inquiète de la réalité des mandataires découragés qui quittent les CCCA »

« Notre régionale réunit les mandataires CCCA et nous nous soutenons »

Les membres de la Commission Fédérale Citoyenneté et Vieillissement Actif d'Énéo

édito

Le mot du **Président Régional**

60ème anniversaire d'énéo Charleroi, mouvement social des aînés

Notre histoire

Le 14 octobre dernier, notre régionale a soufflé ses 60 bougies.

Créé à l'initiative de la Mutualité chrétienne en 1954, notre mouvement, alors appelé Fédération Chrétienne des Pensionnés, avait pour but de rassembler les pensionnés pour lutter contre l'isolement et bien-sûr d'exprimer leurs revendications.

C'est à Mr André Lefebvre, dont nous saluons la mémoire, qu'incombe cette mission.

Les groupements se développent, se multiplient rapidement et c'est ainsi qu'en 1956, nous nous constituons en fédération qui va regrouper toutes les régionales de Wallonie et Bruxelles.

Au début, les groupements organisent des goûters, des excursions d'un jour, des après-midi récréatifs, des jeux de cartes.

Pour répondre à une demande, la fédération développe des activités touristiques qui rencontrent un vif succès. Seniors Horizons prend son envol.

En 1976, le premier club sportif voit le jour à la piscine de Marchienne. Le domaine culturel n'est pas oublié. En effet, groupe théâtral, orchestres et chorales viennent enrichir la panoplie des activités.

Le jubilé que nous venons de célébrer, c'est l'histoire de soixante années de vie d'une organisation avec ses difficultés mais aussi avec ses réalisations prestigieuses.

C'est l'histoire de la compétence et du dévouement de centaines de bénévoles et militants auxquels nous tenons à rendre hommage.

Notre régionale continuera à œuvrer pour que les aînés puissent se positionner en citoyens actifs et responsables et que chaque aîné puisse quel que soit son âge, son état de santé, ses ressources, son lieu de vie, vivre dans la dignité.

Willy WAUTHIER, Président Énéo Charleroi

Régionale de Charleroi

Rue du Douaire, 40 - 6150 Anderlues - tél : 071/54 83 99
www.eneo-charleroi.be - e-mail : eneo.charleroi@mc.be

Echos de la régionale

Quinzaine aînergie

Ce 9 octobre, 140 sportifs ont eu l'occasion de pratiquer ou de découvrir diverses activités sportives, dans le cadre de la quinzaine aînergie.

Pétanque, Mölkky, marche, marche nature et marche nordique étaient proposés à Haine Saint Pierre, dans les locaux du Pagnol.

Merci aux responsables volontaires pour leur implication et bravo à tous pour cette belle « aînergie » !

Exposition des artistes

Plus de 50 exposants se sont donnés rendez-vous le samedi 29 et le dimanche 30 novembre 2014 pour la grande exposition des ateliers créatifs organisés par énéo Charleroi pour ses clubs de Epace Culture, Courcelles, Frasnes-lez-Gosselies, Monceau-Goutroux. Y ont été invités les clubs de Haute Sambre, de Rance d'énéo Thudinie. Des individuels étaient également présents.

Une belle réussite !

Exposition thématique

« EXPRIMER PAR VOTRE ART VOTRE VISION DE LA RETRAITE »

Dans le cadre des cycles d'une vie après le travail, énéo et la Mutualité chrétienne proposent aux futurs retraités des ateliers interactifs de préparation à la retraite où les thèmes suivants sont abordés :

- Ressources et finances
- Santé et bien-être
- Projets en mouvement
- Vie affective

Dans le but de déterminer les priorités à aborder, nous avons réalisé une enquête auprès de nos membres retraités afin de recueillir leur avis sur leur retraite.

Il nous a semblé intéressant d'apporter cette question au cœur de notre exposition thématique afin de voir comment nos artistes ressentent la retraite en l'exprimant à travers leur art.

Laissons l'art remplacer les longs discours et décryptons ensemble ce qu'ils ont voulu exprimer de leurs ressentis.

Echos des Locales

Locale de Courcelles

C'est le 18 octobre dernier que l'Amicale organisait son dîner qui clôture les rencontres de l'année.

A cette occasion, nous fêtions nos jubilaires en présence de l'Echevine des Aînés, Sandra Hansenne, de l'Echevin de la famille et de la santé, Jean-Pierre Dehan, qui se sont faits un plaisir de remettre les cadeaux.

Cette initiative fut appréciée par tous.

Noces d'or : Epoux ANDRIOLO - SCILLA et ANCART - JONART

3 nonagénaires : Nelly DUBOIS - Jeanne-Marie HOBE - Camiel VAN HEYCHE

13 octogénaires : Raymonde BROGNET - Anne-Marie BELINNE - Lucienne BOTTE - Reine DUBOIS - Eliane DONIN - Franz CAMBIER - Yvette LENGELE - Pol GILOT - Marie-Jeanne POCHET - Gaby NEFVE - Mireille SIBAN - Francine VERMEULEN - François SCILLA

Pendant le succulent repas, l'ambiance fut assurée par Pascal le Troubadour.
Belle après-midi en toute convivialité.

Le comité souhaite à tous ses membres ses meilleurs voeux de joie, santé et bonheur pour 2015.

Marie-Rose LEMAITRE (Présidente de l'Amicale des pensionnés du St-Lambert de Courcelles).

Locale de Fontaine l'Evêque

Et voilà que 2014 s'en est allé tout doucement pour faire place à 2015 qui nous offrira encore, on n'en doute pas, beaucoup d'exaltation et de joie de vivre dans toutes les activités que nous présente notre comité.

L'année 2014 avait commencé par le goûter traditionnel en février où, après une conférence bien intéressante donnée par un agent de police de Fontaine à propos de la sécurité, nous avons apprécié tarte et café offerts par l'amicale. Un montage de photos réalisé par Roland nous a alors rappelé les bons souvenirs de l'année 2013.

En mars, un voyage préparé par la Régionale de Charleroi nous a emmenés au Musée du Louvre à Lens, avec, au préalable, une visite très intéressante du charbonnage. Le midi, un repas plus que succulent, avec spécialités picardes, nous était présenté avant la visite libre de l'exposition.

D'avril à octobre, cela a été une suite de voyages, tous plus instructifs et agréables les uns que les autres. Au programme, Liège et son théâtre de marionnettes Tchantchès, Saint Quentin et le Familistère de Guise, la région des 3 bornes, point de rencontre entre la Belgique, la Hollande et l'Allemagne. Une petite mention particulière en juillet où nous avons fait incursion en Allemagne avec balade romantique et grand soleil sur le lac. Cette journée bien agréable se terminait dans la belle petite ville de Montjoie.

Il y a eu aussi « août à la mer » et le dîner offert, septembre à Malmedy et octobre à Beaumont

Dans tous ces voyages, inutile de dire que nos papilles gustatives ont été sublimées et cela grâce à notre « staff ». Merci à tous les organisateurs pour leur dévouement !

A noter aussi que notre amicale a participé, au cours de l'année, à plusieurs activités proposées par Enéo et la Régionale de Charleroi : la journée de sensibilisation aux questions de développement durable en février, l'Assemblée générale en juin, l'excursion à Nivelles en août, les réunions de secteur et enfin, les 60 ans d'Enéo en octobre dernier.

Notre dîner de Noël, le 13 décembre, fut l'occasion de nous retrouver une dernière fois en toute convivialité autour d'une excellente table afin de terminer en beauté cette année 2014 qui nous a tous ravis, nous les Seniors d'Enéo.

Echos des Amicales

Locale de Gosselies

Notre dernier voyage 2014 nous a menés à Sedan. En ce mois de septembre, c'est sous un ciel radieux et une douce température que ce coin des Ardennes françaises nous a accueillis.

Les visites ont eu l'air de beaucoup plaire. Que ce soit à l'atelier de fabrication des pantoufles ou celui des fleurs séchées, le petit artisanat a montré toutes ses valeurs. Le déjeuner nous a été servi dans le magnifique salon de l'hôtel du Château de Sedan. Que dire du menu, qu'il était en tous points d'une très grande finesse et d'une agréable présentation. Nous terminerons notre journée par la visite du musée du feutre qui grâce à ses multiples propriétés est omniprésent dans notre quotidien.

L'hôtel Charleroi Airport a eu le privilège d'accueillir pour la première fois notre goûter.

Il fut d'une toute grande réussite. Tant les vins que les tartes ainsi que le café furent servi à volonté.

Près de cent personnes purent en profiter. L'ambiance comme toujours était bon enfant et empreinte d'une grande sérénité. La tombola, comme toujours, a fait de nombreux heureux.

Le vendredi 19 décembre dernier, tous les membres du comité se sont rendus auprès de leurs affiliés pour leur remettre le cougnou et les galettes ainsi qu'un petit mot de souhaits de Joyeux Noël et Bonne Année.

Nous vous invitons, d'ores et déjà, aux diverses activités que nous organiserons l'an prochain.

Il y aura, tout d'abord, notre dîner annuel lors duquel nous vous remettrons la liste des cinq voyages que nous vous proposerons.

En espérant que vous avez passé de bonnes fêtes, nous vous disons à bientôt.

Locale de Montignies-sur-Sambre

Activités pour l'année 2015
Jeudi 09 avril à 14h00 : goûter de Pâques
Jeudi 15 octobre à 12h00 : Repas assiette froide
Jeudi 10 décembre à 14h00 : goûter de Noël
Au cercle Saint Charles à Montignies-sur-Sambre

Locale de Trazegnies

Une amicale de cœur qui sait se rajeunir. Pour preuve, plus de 80 membres ont participés à cette joyeuse après-midi d'Halloween le 25 octobre 2014.

Un après-midi de détente avec l'apéro spécial Halloween et son gâteau sur un air d'accordéon. Une fête placée sous le signe de l'amitié et de la bonne humeur.

Voici quelques membres fêtés à l'occasion de cet après-midi.

Un rendez-vous annuel d'ENEO qui a enchanté les participants !

Rendez-vous pris pour ...2015 !

Echos des clubs sportifs

Badminton – Club « Les Optimistes »

Vainqueurs du tournoi seniors de Mouscron

Cinq équipes de double messieurs, en catégorie « Experts », s'affrontaient ce jeudi 23 octobre 2014 au Hall de l'Europe à Dottignies. Après avoir remporté trois victoires et subi une défaite face aux joueurs de Braine l'Alleud, qui, pour l'occasion, avaient aligné un ex-joueur de série A, notre équipe composée de Julien De Visscher et Jean-Marc Berhin s'est imposée en demi-finale face à l'autre équipe des Optimistes et a remporté la finale face à Alain Chang et Guido Bosmans de Grez-Doiceau.

Notre équipe des Optimistes, alignée dans la catégorie « Confirmés » a obtenu une brillante troisième place sur huit alors que nos filles « Débutantes » se sont retrouvées dernières sur sept remportant, malgré tout, le trophée du fair-play.

Journée exceptionnelle au niveau de l'ambiance et de la convivialité entre les différents participants. Des contacts ont été

pris pour une programmation d'autres rencontres amicales avec les joueurs de Grez et de Braine.

Toutes les photos et les vidéos sur le site Internet du club www.les optimistes.be

Tennis de table – Club « Les P'tes Raquettes »

Notre club a organisé le 21 octobre 2014, dans la salle du CTT Châtelet, son tournoi d'automne en « double ».

58 joueurs et joueuses soit 29 équipes ont participé avec beaucoup de détermination et d'enthousiasme aux 130 matchs de la compétition.

Invités pour la première fois, 16 participants du club ENEO Sport de Wavre ont très sympathiquement animé notre compétition. Nous les recevrons avec grand plaisir l'année prochaine.

Les résultats :
Masters 1er Capuzzo Max - Delpierre Anne-Catherine
2ème Varlet Jean-Marie - Lardinois Maurice
NB : Deux équipes de Wavre ont raté de peu le podium !

Consolante 1 er Lecaille Gérard - De Visscher Julien
2ème Dehonin Jean-Claude - Daoust Alain
3ème Labye Léon - Detraux Camille

A tous, un grand bravo pour votre participation et tous nos remerciements au CTT Châtelet pour leur précieuse collaboration.

Contacts : Peigneux Jean-Marie - 071.51.77.51 ou 0495.51.77.53
Brunelle Daniel - 071.36.64.04

Club de natation « Aquagym St Lambert » de Courcelles

Le Comité du club Aquagym St Lambert vous invite à son dîner du 25ème anniversaire qui se déroulera le jeudi 26 février 2015

Où : chez le traiteur Morel à Manage

Ouverture des portes à 11h45

Animation assurée par Jules

Prix : 35 € par personne - boissons comprises durant le repas

A réserver avant le 19 février 2015 auprès de Nicole ou en versant pour cette même date sur le compte BE80 0682 0963 1777 de Natation Courcelles St Lambert, avec la mention « 25ème anniversaire aquagym + nom »

Nouveau programme Viactive : « Impact »

Le 17 novembre 2014, une trentaine d'animatrices de nos clubs du Centre, de Charleroi et de Thudinie ont participé à une formation d'un nouveau module ; Viactive IMPACT, est en effet, un tout nouvel outil dans la lignée des routines du programme Viactive. Il comprend, trois routines d'exercices d'une durée d'environ trente minutes :

« Cirque - Boxe - et Zen ».

La routine Cirque est axée sur le plaisir et le jeu tout en travaillant, principalement, l'équilibre et la coordination. Le module Boxe, vise à travailler l'endurance cardio-respiratoire par le mimétisme de mouvements inspirés par la boxe. Enfin, la routine Zen, privilégie le travail du contrôle de l'équilibre et de la souplesse chaque exercice s'effectuant de manière lente, en douceur, dans un climat de sérénité.

Ce qui fait l'une des particularités de ce nouvel outil, est qu'il présente non pas deux mais trois niveaux de difficultés. Aussi les différents groupes musculaires sollicités lors des exercices sont mentionnés, ce qui peut aider nos animateurs bénévoles dans leur

Echos des clubs sportifs

animation. «Impact», apportera un vent nouveau et saura mettre un peu de piquant dans vos séances qui, nous en sommes certains, sont déjà bien plaisantes!

Sur la région de Charleroi, il existe déjà 4 clubs Viactive. N'hésitez pas à les rejoindre!
Frasnes-lez-Gosselies - Lysiane Konickx - 071/85 44 77
Gilly - Solange Devaert - 0472/20.51.03.
Goutroux - Renza Persello - 071/52.65.71. - 0497/42.51.04.
Monceau - Odette Pieroux - 0497/26.11.94.

Nous recherchons aussi des volontaires afin de renforcer l'équipe d'animateurs, des formations sont organisées régulièrement en région. Il n'est demandé aucune formation préalable en gymnastique, uniquement l'envie de communiquer le plaisir de la rencontre dans une activité sportive légère et en musique.

Pour tous renseignements: Renée Michel - 071/54.83.99.

CLUB DE TAI JI QUAN

Les mercredi de 16h30 à 17h30 - Centre Fourcault à Dampremy.

Renseignements: Verzwymelen Jacqueline 071 31 14 43 --- 0495 27 05 38

CLUBS DE COURCELLES

Natation

A la piscine de Courcelles - tous les mardis et jeudis de 15h à 16h45.

Contact: Mr Coune Pierre - 071/16 00 96

Gymnastique

A la salle du Saint Lambert, 102 rue du 28 juin à Courcelles - Tous les mercredis de 13h30 à 15h30.

Contact: Mme Poncelet Jeannine - 071/57.46.50 ou 0476/45 42 29.

Pétanque

Au terrain du Saint Lambert, 102 rue du 28 juin à Courcelles - Tous les lundis et jeudis de 14h à 17h.

Contact: Mr Scillia François - 071/45 64 28.

Yoga

A la salle du Saint Lambert, 102 rue du 28 juin à Courcelles - Tous les mercredis de 18h à 19h.

Contact: Mme Colasante Joséphine - 071/45 51 17

CHARLEROI EVASION – Club «MARCHE NORDIQUE»

prochaine formation à partir du lundi 2 mars 2015 de 09h30 à 11h30 et ce, durant 5 semaines - renseignements : Mr Bourton

EVASION NORDIC énéo SPORT

LA MARCHE NORDIQUE

Pour tous renseignements :
Michel BOURTON 071 - 47 63 46
Michel REGNIERS 071 - 43 20 38

La marche nordique est bien plus qu'un sport, c'est un style de vie, un art de vivre et de mieux-être. Elle représente une discipline sportive à part entière. La convivialité, les randonnées en groupe, les rencontres avec d'autres passionnés, c'est cela l'état d'esprit de la marche nordique. Elle peut se pratiquer en solitaire, mais la plupart du temps elle s'organise en compagnie de personnes ayant, comme vous, l'envie de respirer le bon air, de découvrir des endroits insolites, tout en améliorant sa condition physique, c'est tellement plus agréable!

Grâce à l'utilisation de bâtons spécifiques, cette discipline sollicite toutes les chaînes musculaires du corps ainsi que les systèmes cardio-vasculaire et respiratoire.

Notons qu'à Sports Séniors, il n'est pas question de performance mais d'amélioration de la condition physique et de détente.

Votre club « Nordic-Evasion » de la Régionale de Charleroi, vous invite à vous initier à ce sport tous les lundis matin de 9 h 30 à 11 h 30 en compagnie de moniteurs brevetés au Centre de Délassement à Marcinelle.

Prêt de bâtons.

Pour info: Michel BOURTON 071 / 47.63.46 ou 0497 70.83.31 - michel.bourton@hotmail.com

CLUB DE VOLLEY-BALL «LES PAMANCHOS»

Vous avez 50 ans et plus, et vous aimeriez pratiquer le volley-ball !

Venez nous rejoindre le mercredi

A l'école Destrée à Châtelet (au fond de la cour, une porte métallique donne accès à la salle de gym).

Vous pratiquerez un sport dans une ambiance joyeuse.

Renseignement : Mme Michelle GODEFROID - 071/40.17.87.

CLUBS DE GILLY SAINT REMY

Viactive : gymnastique douce : les mardis de 10h à 11h - salle Cercle St Remy, 23, rue Hanoteau 6060 Gilly

La Cordée : gymnastique : les mardis de 14h45 à 15h45 - salle Cercle St Remy, 23, rue Hanoteau 6060 Gilly

Allo Seniors : aquagym : les vendredis de 16h30 à 17h30 - Piscine de Gosselies

Renseignements : Verzwymelen Jacqueline 071 31 14 43 - 0495 27 05 38

CHARLEROI EVASION – Club «RANDO EVASION»

RANDO-EVASION CHARLEROI

énéo SPORT CHARLEROI

Randonnées pédestres du 1er trimestre 2015

Pour tous renseignements :

Paul FERON, Président	071 / 43.08.34
René DOUMONT, Trésorier	071 / 21.57.39
André HERSOUX, Secrétaire	071 / 36.52.61

N°	DATES	ANIMATEURS	LIEUX DE DEPART DES MARCHES Départ à **9 h 30** Itinéraires de 10 kms en +/- 2 h 45 et Itinéraires * 5 Kms
07	12 - 02	P. FERON 071 / 43.08.34 - 0477.13.93.31	Anderlues: 40 rue du Douaire (expérimentation du circuit 10 kms pour la marche ADEPS du 8 mars).
08	19 - 02	M. JACQUES 0475.69.07.59	Gilly: gare du Sart Allet - Place Saint Pierre
09	26 - 02	M. REGNIERS 0474.50.67.94	Sautin : Eglise.
10	05 - 03	D.DEMEUR (et P. FERON) 071 / 36.81.86 0477.13.93.31	Abbaye d'Aulne : Parking des ruines de l'Abbaye
	08 - 03	**MARCHE ADEPS** à Anderlues 40 rue du Douaire (5 - 10 et 20 kms + 5 kms découverte Nature)	
11	12 - 03	A. HERSOUX 071 / 36.52.61 - 0499.15.84.71	Thuillies: Place. *
12	19 - 03	J. RENIER 0476.84.14.83	Villers Perwin : Eglise.
13	26 - 03	F. URBAIN 0476.52.80.00	Cousolre (France) : Place Ch. de Gaulle.
14	02 - 04	CHRISTIAENS J-P (et P. FERON) 071 / 21.66.87 0477.13.93.31	Mont-sur-Marchienne: Parking du Cimetière, rue du Cimetière
15	09 - 04	M. JACQUES 0475.69.07.59	Châtelet: Parking de l'hôpital.
16	16 - 04	P. FERON 071 / 43.08.34 - 0477.13.93.31	Mont-Sainte-Geneviève: Place près de l'église (au Kiosque)
17	23 - 04	**Journée culturelle et sportive** à Houffalize (au Centre OI 'Fosse) voyage en car.	
18	30 - 04	J. RENIER 0476.84.14.83	Plancenoit : Eglise.

Rendez-vous de la régionale

Calendrier des activités énéo charleroi 2015

Lancement programme Horizons Mutu à Anderlues	7 & 8 février
Tournoi de pétanque à Lodelinsart	Mercredi 25 mars
Journée culturelle : J'avais 20 ans en 14 à Liège	Jeudi 5 mars
Marche ADEPS à Anderlues	Dimanche 8 mars
Semaine numérique	25 au 30 avril
Journée culturelle et sportive	Jeudi 23 avril
Assemblée générale énéo & énéoSport à Anderlues	Samedi 30 mai
Exposition ateliers de énéo Charleroi à Anderlues	28 & 29 novembre

Vous serez informés de ces activités par votre responsable d'amicale ou de club et/ou par le journal «Aînés et Citoyens» durant les mois à venir.

Grand tournoi de pétanque à Lodelinsart

Avis aux amateurs de pétanque ! Le grand tournoi de pétanque en salle aura lieu le mercredi 25 mars 2015 au centre de loisirs rue du chemin vert, 125B à 6042 Lodelinsart.

Joueurs en triplettes formées

Le prix de la journée s'élève à 15 € pour les membres énéoSport comprenant le café d'accueil, l'apéritif, le repas avec un dessert, le souvenir de la journée (et 25 € pour les non-membres).

Renseignements et inscriptions auprès de votre responsable de club ou en téléphonant au 071/548.408.

Marche Adeps 2015

EnéoSport et son club de Rando Evasion vous invitent à leur Point Vert le dimanche 8 mars 2015. Nous vous proposons :

Des circuits fléchés de 5,10 et 20km avec départ entre 8h et 17h

Des balades nature guidées avec départ à 10h et à 14h

Adresse du jour : Mutualité Chrétienne, 40 rue du Douaire - 6150 Anderlues

Accès par la route N59 Anderlues vers Lobbes que l'on atteint par le carrefour du Roi des Belges ou par la N54 sortie Anderlues

Au départ de la gare de Charleroi Sud - Metro M1 ou M2

Possibilité de restauration sur place à prix démocratiques.

énéoSPORT

RANDO-EVASION

Adeps FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES

REGION DE BRUXELLES-CAPITALE

Exposition : «J'avais 20 ans en 14»

Le 5 mars 2015, à Liège à la gare des Guillemins

Nous avons le plaisir de vous inviter à la plus grande exposition au monde sur la première guerre mondiale. Elle aborde la guerre dans son ensemble en Belgique et dans le monde. Elle évoque les origines du conflit et les principales batailles, les souffrances de la population, la résistance, les traités de paix, …

A travers une scénographie spectaculaire,

- Nous parcourons une tranchée hyper réaliste
- Nous nous retrouvons au cœur d'un combat aérien
- Nous traverserons une maison bombardée et incendiée
- Nous visiterons une chapelle paisible ouverte sur une scène poignante d'exécution de civils, une école transformée en hôpital, un bureau d'état major, les forts de Liège, un cabaret parisien célèbre, …

Programme de la journée

- Départ des différents endroits (un point d'embarquement à partir de 10 personnes)
- Visite de l'exposition
- Repas de midi libre dans le centre de Liège
- Après-midi : temps libre dans le centre de Liège
- Retour

Prix de la journée : 28 € comprenant le car, l'entrée à l'exposition avec audio-guide et le pourboire du chauffeur

Inscription auprès de votre responsable d'amicale, de club ou au 071/54.84.08. pour le 10 février 2015 au plus tard.

Paiement sur le compte n° BE22 7995 5037 2847 avec la mention «expo 20 ans en 14» + nom et prénom et ce, au plus tard pour ce 10/02/2015.

Les secteurs
Dates du 1er semestre 2015

Thème : « Le transfert des compétences en soins de santé »

Locales	Dates et heures	Lieu de la réunion
Aiseau, Châtelet, Châtelineau Peleux & T. Pré	mardi 10/03 - 09h30	à Aiseau
Charleroi Ville - Nord - Evasion, Couillet, Montignies s/S, Spitants Carolos	mercredi 18/03 - 14h30	à Couillet
Courcelles, Fontaine, Trazegnies, Monceau-Goutroux, Mont-sur-Marchienne	mardi 24/03 - 09h30	à La Posterie à Courcelles
Fleurus, Vieux Camp., W. Baulet, Pironchamps	mercredi 18/03 - 09h30	au Vieux Campinaire
Frasnes, Gosselies, Villers Perwin	mardi 03/03 - 14h30	à Frasnes
Gilly St Remy & Sart Culpart, Lodelinsart	jeudi 19/03 - 14h30	à Gilly Haies

Journée marche et culture

Les informations seront communiquées à vos responsables d'amicales et de clubs.

A quoi sert votre cotisation ?

Enéo, mouvement social des aînés est le mouvement « + 50 » de la Mutualité chrétienne. Qui dit mouvement dit action et énéo, avec ses structures fédérale, régionale et locale travaille à la défense des intérêts des aînés pour un monde meilleur et plus solidaire. Enéo est présent dans les organisations d'aînés en Belgique et sur le plan européen.

énéo	8,5 €	par an : 2 € par trimestre, 2,5 € pour le 4ème trimestre dont 3,25 € pour énéo fédéral
Assurance	1 €	par an : Attention : pour les sportifs, l'assurance doit être versée à énéoSports
énéo Sports	11 €	par an : (1,5 € pour le fédéral + l'assurance 2,5 €)
Espace Culture Clubs	7 €	par an : (assurance 1 € est versée à énéo)
Affiliation Directe - Horizons Mutu	15 €	par an
Indemnité de décès	50 €	versé au conjoint ou cohabitant légal affilié à énéo depuis au moins 2 ans

ABONNEMENT VITATEL 2014 (anciennement Télévigilance) : Pour bénéficier de l'intervention de énéo Charleroi, il faut être affilié depuis au moins 2 ans.

	Redevance	Intervention MC	Intervention énéo	payé par vous
Pour les non BIM	17 €	6 €	5,5 €	5,5 €
Pour les BIM	12 €	6 €	3 €	3 €

Les avantages offerts par la régionale :

- assure le fonctionnement du mouvement régional (réunions de bureau, comité, secteurs, ressacs sportif et culturel, formation des responsables, …)
- défend les intérêts des aînés dans les Conseils Consultatifs des Aînés
- sensibilisation des membres par des actions d'éducation permanente afin de rester des citoyens à part entière actifs dans notre société
- intervient dans les frais de Vitatel (Télévigilance) : BIM MC / non BIM MC ; BIM NMC / non BIM NMC
- octroie une indemnité de décès de 50 € au conjoint ou cohabitant habitant sous le même toit et membre de énéo
- intervient dans le coût des moniteurs sportifs et culturels (6,2 € / heure)
- subsidie les événements exceptionnels des locales et des clubs
- réalise votre journal trimestriel « énéo info »
- organise des manifestations sportives, culturelles et autres
- répond aux demandes de conférences-débats des locales

Ajoutons à tout cela les rencontres amicales et conviviales qui brisent la solitude.
Vous faites partie d'un mouvement solidaire.

Rendez-vous des locales

Locale de CHARLEROI VILLE

Activités Amicale Charleroi-ville

Jeudi 19 février : Assemblée générale du groupement avec Repas
Jeudi 12 mars : Evasion touristique : La Vanoise
Jeudi 02 avril : Goûter de Pâques
Jeudi 23 avril : Repas poissons
Jeudi 07 mai : Goûter de la fête des mères

Activités Hebdomadaires de l'Amicale

Yoga, Gym, Pétanque, Diction
Jeux de cartes et de société.

Renseignements
Présidence : Annie WOUTERS : 071-31.35.57
Secrétariat : Lucien HIRSOUX : 071-35.46.85

Locale de CHATELET

L'amicale de Châtelet vous souhaite d'heureuses fêtes de fin d'année 2014.
Pour 2015 nous vous proposons :
Mardi 13 janvier : le goûter des Rois
Mardi 17 février : le mardi gras - le dîner de carnaval

RAPPEL :
Tous les lundis cours de gymnastique d'entretien de 15h30 à 16h30
Renseignements : Annie Héraly tél 071/392035

Tous les jeudis scrabble au site Goret de 14 h à 17 h
Renseignements Dora Baldo tél 071/383937

Locale de CHATELINEAU PELEUX

Nos activités

Des membres du comité vous accueillent : Tous les mardis et jeudis de 13h30 à 17h30 pour les jeux de cartes et animations.

Nos clubs sportifs

Yoga tous les mardis de 15h30 à 16h30 (responsable : Andrée Van Beneden tel : 071/388221)

Gymnastique tous les mercredis, de 10h30 à 11h30 (responsable Antonia Santoro tel : 071/389717)

Pétanque tous les vendredis de 13h30 à 17h00 (responsable Christiane WOJTOWICZ tel : 071/394857) [reprise à partir d'avril 2015]

Le jeudi 08/01/2015 : Venez partager la galette des Rois à notre locale du Peleux

Repas gaufres en faveur du Mali en février ou mars

Locale de COURCELLES

Jeudi 19 mars à 15h00 : fête de printemps
Jeudi 7 mai à 15h00 : fête des mères
Samedi 13 juin à 12h00 : dîner froid
Samedi 17 octobre à 12h00 : dîner chaud

Festivités se déroulant au Saint Lambert
En 2015, nous fêterons les 50 ans de l'amicale. Date à déterminer.

Activités hebdomadaires

Atelier créatif
rue Falise, 185 - 6180 Courcelles de 14h à 16h et de 17h à 20h.
Responsable : Mmes Joris Georgette : 071/45.41.05 et Pellemans Annie : 071/34.17.73

Scrabble
rue Monnoyer, 1 - 6180 Courcelles (locaux de la mutualité chrétienne) de 14h à 17h.
Responsable : Denagtergal Roberte 071/45.56.04

Animation dans les homes
Responsable : Deschamps Marie-José : 071/84.79.56

Locale de ESPACE CULTURE

Atelier créatif :
Les mercredis de 9h à 11h30 - Mutualité Chrétienne, Chaussée de Lodelinsart à 6060 Gilly-Haies
Renseignements : Verzwymelen Jacqueline 071 31 14 43 - 0495 27 05 38

Locale de MONCEAU-GOUTROUX

Samedi 17 janvier : repas du club de marche « Les Randonneurs »
Lundi 09 mars : conférence du Dr Moens sur « les virus et bactéries » à 10h00
Samedi 14 mars : notre repas festif de printemps à Goutoux
Samedi 28 mars : repas du club Viactive « Les Dérouillés » de Goutroux

Activirés hebdomadaires
Lundi : - Viactive à Monceau de 10h00 à 11h00
- Viactive à Goutroux de 14h00 à 15h00
Lundi et jeudi : atelier créatif au Ruau de 13h30 à 15h30
Jeudi : Zumba Gold à la salle Europa de 10h00 à 11h00
Jeudi : Marche randonnée : de 13h30 à 16h00
Jeudi : yoga - salle Ballens de 16h15 à 17h30

Il y aura aussi : - 3 voyages d'un jour
3 repas festifs
1 assemblée générale

Renseignements : Madeleine Carpeau - 071/30 79 32 ou 0478/35 05 02

Locale du VIEUX CAMPINAIRE

Dimanche 8 février : un dîner dansant
Dimanche 12 avril : le dîner de Pâques
Dimanche 7 juin : un dîner dansant
Samedi 15 août : le dîner des Jubilaires
Dimanche 11 octobre : un dîner dansant
Dimanche 20 décembre : le dîner de Noël

les 10 commandements du patient

« Comment faire un bon usage des médicaments ? »

Par le docteur Moens, conseillé médical auprès d'énéo

Cette animation nous éclaire sur l'industrie pharmaceutique : elle est prise entre deux logiques, la rentabilité financière et la santé publique ; cette dernière ne semble pas être celle qui prime, loin s'en faut. L'information des médecins par cette industrie est trop souvent biaisée en omettant parfois de signaler certains effets secondaires.

Le doigt a été mis sur le fait que seuls, les organismes assureurs (les mutuelles) et certaines organisations de consommateurs se battent pour faire baisser le coût des médicaments. Elle nous a aussi appris que, selon l'OMS, sur plus de 5000 médicaments actuellement sur le marché, un peu moins de 300 d'entre eux sont essentiels et la majorité sont génériquables. Ces chiffres sont très éloquents !

Certains médicaments ont une balance bénéfice-risque défavorable. Il faut absolument se renseigner auprès de son médecin (voir les « dix commandements en fin de texte). Depuis 2012, les patients peuvent signaler eux-mêmes à l'AFMPS* (agence fédérale du médicament et des produits de santé) des effets secondaires néfastes qui ne se trouveraient pas sur la notice dans la boîte de médicament.

L'achat de médicaments sur Internet est à déconseiller : aucune référence n'est fournie ni mode d'emploi, aucune garantie sur le principe actif du médicament, aucun recours. Toutefois, certaines officines belges reconnues ont le droit en respectant des conditions extrêmement strictes de délivrer via la toile des médicaments ne nécessitant pas de prescription médicale.

Le Dr Moens insiste sur le fait qu'un médicament doit se prendre très exactement comme le médecin l'a prescrit, et surtout, aller jusqu'au bout du traitement même si on se sent mieux.

Certains Aînés ont l'habitude de prendre beaucoup de médicaments. Il leur est conseillé d'en parler à leur médecin ou à leur pharmacien lors de l'achat. En effet, un médicament a toujours un principe actif, à ne prendre qu'en cas d'absolue nécessité et seulement prescrit par un médecin car, certains médicaments sont incompatibles entre eux et peuvent faire plus de mal que de bien. Par ailleurs, il n'est pas toujours nécessaire que le médecin prescrive des médicaments lors d'une consultation, il lui est possible pour soigner un mal de vous donner des conseils comme vous aérer, faire du sport ou suivre un régime, etc.. A nous de faire l'effort nécessaire pour guérir, récupérer du tonus et la santé. Donc : ne jamais prendre de médicament sans l'avis du médecin !

Notre conférencier nous donne de très bons conseils : **faites une confiance raisonnée aux médicaments et suivez les « DIX COMMANDEMENTS DU PATIENT ».**

N'hésitez pas à demander ces précisions au médecin lors de la prescription d'un nouveau médicament :

- Est-ce qu'un médicament est absolument nécessaire ?
- S'il faut un médicament : C'est quoi ce médicament ? (anti hypertenseur, calmant, pour les nerfs, etc..)

- Est-ce un médicament éprouvé, déjà beaucoup utilisé, reconnu ?
- Pendant combien de temps doit-il être pris ?
- Quand se manifestent les premiers bénéfices ? Et les effets secondaires ? Y a-t-il un danger en cas d'arrêt brusque ?
- Y a-t-il des aliments à écarter ? (alcool, jus de pamplemousse, etc.)
- N'y a-t-il pas incompatibilité avec les médicaments que je prends déjà ?
- Puis-je encore conduire ? Provoque-t-il une allergie ?
- Est-ce qu'il coûte cher ? Est-il remboursé ? Existe-t-il des génériques ?
- Et, demander très gentiment : Voulez-vous écrire la posologie clairement et lisiblement svp ?

Cette animation peut être produite dans les groupements locaux. A vos Président(e)s d'en faire la demande auprès de votre régionale.

Gilberte DELRUE, volontaire énéo Centre.

Le service mobilité de Qualias

Les magasins Qualias vous proposent du matériel dans de nombreux secteurs : location et vente de matériel médical, confection d'orthèses sur mesure, aménagement du domicile, …

Mais saviez-vous que les magasins Qualias disposent également d'un service **d'aides à la mobilité ?**

De nombreuses personnes éprouvent des difficultés pour se déplacer, difficultés liées à l'âge, à la maladie ou consécutives à un accident.

A l'extérieur comme à l'intérieur, il existe une large gamme de dispositifs et d'appareils permettant de conserver une autonomie de déplacement.

Pour certains, le soutien d'une canne ou d'une béquille sera suffisant.

Lorsque l'équilibre devient instable, un cadre de marche, une tribune, un rollator ou parfois même un tricycle sera nécessaire. Enfin, lorsque les difficultés de déplacement sont plus

Qualias

importantes, l'utilisation d'un fauteuil roulant manuel ou électrique devra être envisagée.

En Hainaut Oriental, Qualias bénéficie des services de plusieurs bandagistes agréés par l'Inami et spécialisés dans la délivrance de tels types d'appareils. Leur mission est de vous informer, vous guider et vous conseiller dans le choix de l'aide à la mobilité adaptée à vos besoins.

Vous pouvez dans certains cas bénéficier d'une intervention de votre mutualité, mais alors, quelles sont les démarches à entreprendre?

- La première consiste à se procurer une prescription médicale appelée annexe 19 qui peut être complétée par votre médecin de famille. Une fois complété, ce document doit être déposé dans le magasin Qualias de votre choix ou renvoyé à l'adresse suivante: QUALIAS - SERVICE VOITURETTE rue des Fauldeurs, 1 à 6530 Thuin.
- Où peut-on se procurer l'annexe 19? Dans les points de vente Qualias, en téléphonant au 0800/12325 ou via votre médecin traitant.
- Le bandagiste de Qualias rencontre toujours le bénéficiaire. Les rencontres se font sur rendez-vous et se déroulent la plupart du temps à domicile. La prise en charge du bandagiste va se décliner en plusieurs rencontres. La première permettra de déterminer avec précision les besoins du bénéficiaire: habitudes de vie, type de domicile, mensurations, utilisation de la future voiturette, …etc. Le bandagiste fera parvenir votre demande au médecin conseil de votre mutualité. C'est lui qui au final acceptera la demande et donc le remboursement de celle-ci.
- En cas d'acceptation du dossier par le médecin conseil, la livraison du matériel s'effectuera lors de la seconde rencontre. Le délai de livraison de l'aide à la mobilité dépend du type de matériel demandé.

Pour les petites aides à la marche, tels que la tribune, le rollator à 2 ou 4 roues, le bandagiste peut vous faire parvenir le matériel assez rapidement car elles ne nécessitent pas l'accord du médecin conseil.

Si vous souhaitez en savoir davantage sur notre service aides à la mobilité, contactez-nous au 0800/12325

La maladie d'Alzheimer

Dans un numéro précédent nous avions réalisé un zoom sur la maladie d'Alzheimer et sur ce qu'elle entraîne comme difficultés pour les personnes malades et leur entourage. Nous vous avions également signalé que plusieurs services de la Mutualité chrétienne et de ses partenaires travaillaient à la réalisation d'outils et de services pouvant leur venir en aide.

Notre mutualité propose donc désormais, depuis quelques semaines, une brochure reprenant tous les services proposés par ses différents partenaires: le Centre de coordination, Aide & soins à domicile, Qualias et Solival, Vitatel, les Solidarités locales. Ainsi, le service «Alzheimer Répit» d'Aide & Soins à domicile est une nouveauté qui permettra aux familles de souffler quelques temps pendant qu'un éducateur spécialisé prendra en charge la personne malade. Nous avons aussi compilé toute une série d'initiatives extérieures comme celles de la Ligue ou d'Alzheimer Belgique, mais aussi de l'ASBL Aidants proches ou des Alzheimer cafés. Enfin, nous avons fait l'inventaire des institutions qui proposent un accueil de jour ou de l'hébergement sur notre région.»

En plus de cette information centralisée, la démarche fait l'objet d'une sensibilisation au sein de l'ensemble de la mutualité: les équipes du service social et de Aide & soins à domicile, les bénévoles des mouvements Altéo et Enéo, les comités de mutuelle…

En externe, en plus des différentes initiatives recensées, les médecins généralistes, gériatres, neurologues ont également été contactés afin de les informer de notre démarche. «Avec cette porte d'entrée unique vers l'information, notre objectif est véritablement de dire que, quand la maladie survient, la mutualité peut vous aider.

En franchissant la porte de la mutualité, un conseiller vous accueillera pour vous orienter.

Brochure disponible au 071/54.85.48 ou via anderlues@mc.be

Ces différentes initiatives ne marquent cependant pas l'aboutissement de notre projet. Pour la suite de celui-ci, nous travaillons avec Altéo pour pouvoir intégrer le public des personnes touchées par la maladie et leurs aidants proches dans une série d'activités (culturelles, manuelles, sportives…).

Le blues hivernal

Votre moral est en baisse? Vous êtes pris par des sentiments de tristesse et d'angoisse à l'approche du passage à l'heure d'hiver? Vous n'avez plus envie de rien sinon de vous jeter sur des sucreries ou de vous plonger sous la couette? Vous êtes peut - être concernés comme 15 à 25 % de la population par le blues de l'hiver.

Ses symptômes sont: hypersomnie, boulimie, tristesse accentuée en soirée, difficultés de concentration, perte d'intérêt, idées noires, etc.…

Si ces difficultés ne sont que passagères et ne vous empêchent pas de poursuivre vos activités, il s'agit bien du blues hiver-

nal. Il est important de le distinguer de la dépression saisonnière pour laquelle les symptômes sont plus profonds et handicapent réellement les personnes dans leur vie affective, relationnelle et professionnelle.

Quelles sont les causes de ces troubles de l'humeur?

Les causes exactes ne sont pas connues mais la diminution de la luminosité en hiver est un des facteurs favorisant.

Notre cerveau étant moins exposé à la lumière en hiver, notre fonctionnement cérébral serait perturbé notamment au niveau de la production des hormones qui interviennent dans la régulation de notre sommeil et notre appétit. D'où l'augmentation de notre appétence pour le sucre et de notre envie de dormir. Les personnes qui vivent dans des endroits peu éclairés ou qui travaillent de nuit y sont d'ailleurs plus sensibles, y compris en été.

Des prédispositions familiales aux troubles de l'humeur peuvent être également un facteur de risques.

Quelques pistes pour réagir:

- Poursuivez vos activités régulières comme en été.
- Pratiquez un sport; cela permet de réguler l'appétit, de maintenir des contacts sociaux et cela a un bon effet antidépresseur.
- Sortez prendre l'air dès que vous pouvez et profitez un maximum de la lumière du jour et du moindre rayon de soleil
- Veillez à vos apports en oligo-éléments dans votre alimentation; ceux-ci jouent un rôle dans la régulation de l'humeur. Les plus courants sont le magnésium, le fer et l'iode qui sont contenus respectivement dans les bananes, les épinards, le chocolat, les eaux minérales, les viandes rouges, les céréales; le soja, le hareng fumé, les laitages.

Maintenant, si votre malaise est plus profond, n'hésitez pas à consulter votre médecin traitant. Celui-ci pourra vous conseiller des séances de photothérapie, vous prescrire une médication adaptée ou vous orienter vers un thérapeute .

Anne-Catherine Loriaux,
Service Promusport

La semaine numérique

Du 20 au 24 avril 2015

Enéo Charleroi participe à la semaine numérique depuis la création de celle-ci. Cela se passe toujours dans les locaux habituels de cours. Ceux-ci se trouvent chaussée de Lodelinsart, 193 à 6060 Gilly, au 1er étage

Les thèmes abordés en 2015 sont:

- Photoshop, montage vidéo
- Outils google
- Achats par internet
- Commandes dans une grande surface
- Transactions bancaires

Programme 2015: semaine du 20 au 24 avril 2015

JOUR	MATIN de 10h00 à 12h00	APRES-MIDI de 14h00 à 16h00
Lundi 20	Traitement photo et montage vidéo **Roger**	Traitement photo et montage vidéo **Roger**
Mardi 21	Traitement photo et montage vidéo **Roger**	Traitement photo et montage vidéo **Roger**
Mercredi 22	Les outils google (drive, agenda, blog, youtube, etc…) **Emile**	Achats par internet, commandes dans une grande surface, transactions bancaires **Freddy et Jean-Claude**
Jeudi 23	Achats par internet, commandes dans une grande surface, transactions bancaires **Freddy et Jean-Claude**	Achats par internet, commandes dans une grande surface, transactions bancaires **Freddy et Jean-Claude**
Vendredi 24	Les outils google (drive, agenda, blog, youtube, etc…) **Emile**	Repos

Si cette initiation vous intéresse, vous pouvez nous inscrire à l'un ou plusieurs de ces modules en téléphonant à énéo Charleroi au 071/54.84.08. - par Mail: eneo.charleroi@mc.be

Vous serez initié(e) par les responsables des cours: Jean-Claude Hubin, Emile Tassin, Roger Jaumin, Freddy Goor.

Il n'est pas nécessaire de venir avec votre P.C.

Cette initiation est gratuite.

Attention les places sont limitées à 15 personnes par tranche horaire.

LA MUTUALITÉ DU HAINAUT ORIENTAL
EN FÊTE

La Mutualité chrétienne du Hainaut Oriental vous invite les 7 et 8 février 2015 pour ses portes ouvertes où vous trouverez comme il se doit, une multitude de stands informatifs sur les voyages mais aussi sur des services de la mutualité.

La direction et le personnel se feront une joie de vous accueillir à la grande fête de la Mutualité Hainaut oriental, de ses mouvements et de ses services.

Adresse du jour: les locaux de la Mutualité Chrétienne, 40, rue du Douaire – 6150 Anderlues.

Heures d'ouverture : samedi 7 février et dimanche 8 février : de 11h à 18h.

DÉCOUVREZ LES SEJOURS ÉTÉ 2015 DU CATALOGUE

Horizons Mutu asbl

Vous êtes cordialement invités à nous retrouver pour découvrir le catalogue « HORIZONS MUTU ETE 2015 » avec les responsables des séjours.
Durant ce week-end de lancement du programme, une ristourne promotionnelle de 25 € par voyage du catalogue « Horizons Mutu Eté 2015 » sera octroyée aux mutuellistes chrétiens (12,5 € aux non mutuellistes chrétiens).
Une personne absente peut se faire inscrire par une autre personne aux mêmes conditions.
Les personnes membres d'énéo recevront une ristourne supplémentaire de 15 € (ne pas oublier de venir avec sa carte de membre 2015 !).
Les personnes nées avant 1955 non affiliées à énéo bénéficient d'une affiliation gratuite pendant un an.

Les inscriptions à un séjour Horizons Mutu Eté 2015 débutent dès réception de la brochure

Gagnez vos vacances !
Participez à la tombola-concours : un séjour à Pralognan en Savoie par jour du 7 au 13 juin.

Des stands d'informations
Vous y rencontrerez des spécialistes prêts à répondre à vos questions sur : les aides et soins à domicile (ASD),
la location-vente de matériel sanitaire et bandagisterie par Qualias, nos magasins d'optique Optirou ...

Vous pourrez vous restaurer dans une ambiance de fête.
Une petite faim ? : La raclette valaisanne, des kilos et des kilos de moules, l'escavèche, les boulettes de chez nous, les frites, les desserts... tout cela à des prix très démocratiques.
La tentation des dégustations... : Chocolats artisanaux Bressant, vins alsaciens Pierre Becht, vins du Beaujolais, spécialités du Sud Ouest, huîtres fines, saumon fumé... seront au rendez-vous !

Nous vous invitons également à découvrir les programmes vacances d'Altéo, de Jeunesse et Santé avec un bon de réduction de 25 € à valoir sur les séjours été pour toute personne qui se présente les 7 ou 8 février au stand J&S et bien sûr d'Intersoc, à l'occasion de ces portes ouvertes.

WEEK-END DE LANCEMENT DU PROGRAMME ÉTÉ LES 7 ET 8 FÉVRIER 2015

RISTOURNE promotionnelle par séjour
25,00 € mutuellistes chrétiens
12,50 € non mutuellistes chrétiens

RISTOURNE promotionnelle par séjour à Pralognan en Savoie
40,00 € mutuellistes chrétiens
12,50 € non mutuellistes chrétiens

AIDE & SOINS A DOMICILE · QUALIAS · VITATEL · SOLIVAL · JEUNESSE & SANTÉ · énéo · Promusport · Altéo · intersoc · énéoSPORT

MUTUALITE CHRETIENNE

La **solidarité**, c'est bon pour la santé.

VOYAGES HORIZONS MUTU asbl

Il reste des places pour les séjours HIVER HORIZONS MUTU

Demandez vite notre catalogue Hiver 2014-2015.

Les îles Canaries à TENERIFE en all inclusive

du 25 février au 6 mars

Tenerife, ou l'île de l'éternel printemps comme on l'appelle souvent, possède un climat chaud sans être jamais oppressant, rendant cette destination idéale pour profiter du soleil, de la mer et du vaste éventail d'activités qui y sont offertes

L'hôtel Club Riu Buena Vista se situe à Playa Paraiso sur la Costa Adeje près de la mer. Il possède un restaurant, des bars, deux piscines (dont une chauffée), une salle de gymnastique, …

Chaque chambre est équipée de salle de bains, climatisation individuelle, téléphone, TV-satellite, petit frigo, coffre-fort (gratuit)

Prix par personne en chambre double : 1.412 €
Réd. M.C. : 100 € - Réd. énéo : 15 €

Compris dans le prix : les transferts aux aéroports, les vols Gosselies - Tenerife - Gosselies, les transferts aéroport - hôtel - aéroport, le logement en chambre double, la pension complète à l'hôtel en all in, l'accompagnement Horizons Mutu, les taxes, le pourboire du chauffeur
Non compris dans le prix : les boissons hors hôtel, les excursions (en option proposées par votre accompagnante), vos dépenses personnelles

Lic. : A1294

A renvoyer à Horizons Mutu,
rue du Douaire, 40 - 6150 Anderlues

LE PROGRAMME DES SEJOURS « HORIZONS MUTU » ÉTÉ 2015

Nom .....

Prénom .....

Rue .....

CP ..... Localité .....

Téléphone .....

☐ Désire recevoir le programme des séjours « HORIZONS MUTU » ÉTÉ 2015

Date et signature

Escapade en NORMANDIE : Honfleur, Deauville, Etretat, Le Havre …

Du 26 au 29 mars

Honfleur, situé sur la rive sud de l'estuaire de la Seine distille un parfum de vacances toute l'année. Il est bon de flâner le long du vieux bassin et de parcourir les rues et ruelles du quartier Sainte Catherine pleines de charme et de colombages.

L'Hôtel Antares *** doté d'un magnifique Spa avec piscine donnant sur le pont de Normandie, est situé aux portes d'Honfleur. Avec son restaurant, son bar, sa terrasse et ses chambres aux décorations douces et élégantes et le WiFi, votre hôtel vous accueille dans un cadre où il fait bon séjourner, se restaurer et se détendre.

Prix en chambre double : 640 €

Réd. M.C. : 75 € - Réd. énéo : 15 €

Compris dans le prix : le voyage en car confortable (wc, bar, vidéo), le logement en chambre double, la demi-pension à l'hôtel, le petit déjeuner du premier jour, les 4 repas de midi, les excursions et les entrées lors des visites, les guides locaux, l'accompagnement Horizons Mutu, les taxes, le pourboire du chauffeur

Non compris dans prix : le repas du soir du dernier jour, vos boissons, vos dépenses personnelles

Lic. A5018

Renseignement et inscription :
Horizons Mutu : 071/54.84.08

NOS SERVICES PARTENAIRES

Tous les services d'aide et de soins à domicile que nous proposons sont rendus par des professionnels expérimentés. Ces services sont accessibles à tous. Et, pour certaines prestations, les membres de la Mutualité chrétienne ont droit à des tarifs préférentiels.

AIDE ET SOINS À DOMICILE

- Soins infirmiers
- Aide familiale
- Aide ménagère
- Garde à domicile
- Garde d'enfants malades

AIDE & SOINS A DOMICILE

MATÉRIEL D'AIDE ET DE SOINS

- Bandagisterie
- Optique
- Audiologie

QUALIAS

CONSEILS EN ADAPTATION DU DOMICILE

- Visites à domicile par des ergothérapeutes
- Conseils gratuits à l'adaptation du domicile
- Essais de matériel d'aide à la vie quotidienne

SOLIVAL

TÉLÉ-ASSISTANCE 24H/24

- Ecoute et aide 24h/24 (chute, malaise, accident, intrusion…)

VITATEL

Plus d'infos :

- **0800 10 9 8 7** (appel gratuit)
- **www.mc.be/domicile**
- Rendez-vous dans une agence de la Mutualité chrétienne

MUTUALITE CHRETIENNE

La **solidarité**, c'est bon pour la santé.

La Francodyssée, c'est reparti !

Les candidats à la 3e édition de la Francodyssée

En avant toute pour la troisième session énéoSport des Francodyssées de l'émission «Grandeur Nature» de Vivacité !

Après nos reporters d'énéoSport partis en 2013/2014 sur les routes de France à la découverte de petits villages charmants grouillant de vie, voici l'édition 2014/2015 !

À cette occasion, huit «mamys/papys» reporters passeront chacun une petite semaine à explorer une station de sports d'hiver en France.

L'objectif général de la Francodyssée est de faire découvrir au public belge des aspects méconnus de certains villages de France et ainsi, de faire découvrir son riche patrimoine. L'émission se veut donc conviviale et interactive.

Au niveau d'énéoSport, l'objectif est triple :

- Promouvoir/augmenter la visibilité d'énéoSport ASBL, fédération sportive multisports de loisirs reconnue par l'ADEPS (l'unique fédération de ce genre en Fédération Wallonie-Bruxelles) de manière un peu différente des actions traditionnelles de promotion (l'émission remporte une grande part d'audience) ;
- Permettre à un membre/volontaire énéoSport de vivre une expérience peu commune et d'en retirer une satisfaction personnelle ;
- Entretenir des liens avec Vivacité pour de futures collaborations.

Concrètement, du mardi au mercredi, la mamy/le papy reporter se chargera, en compagnie d'un étudiant en journalisme, de préparer une dizaine de sujets (principalement loisirs actifs/sportifs) qui pourront faire l'objet du reportage tourné fin de semaine au moment de l'arrivée de l'équipe de Vivacité (preneur de son, caméraman et animateur). Les émissions seront diffusées chaque samedi sur Vivacité radio de 15h à 17h (première émission le samedi 10/01 et la dernière le 14/03) mais des capsules vidéo seront également réalisées. Ces dernières seront diffusées sur le site de la RTBF et de la page Facebook de l'émission ainsi que plus brièvement en télévision, sur la Une.

Il est également à noter que le groupe *l'Avenir* suivra l'aventure en publiant, le jour de chaque émission, un article de minimum deux pages (avec mention des partenaires).

Enfin, il va sans dire qu'énéoSport relaiera également l'événement via sa page Facebook et son site internet. Le journal En Marche devrait également publier un article sur le sujet.

Restez donc à l'écoute et connectés !

A très bientôt…

Aurore Devos, coordinatrice d'énéoSport

Demandez les programmes, deeemandez …!

Et les aînés dans tout cela? Le tour des Régions: Wallonie

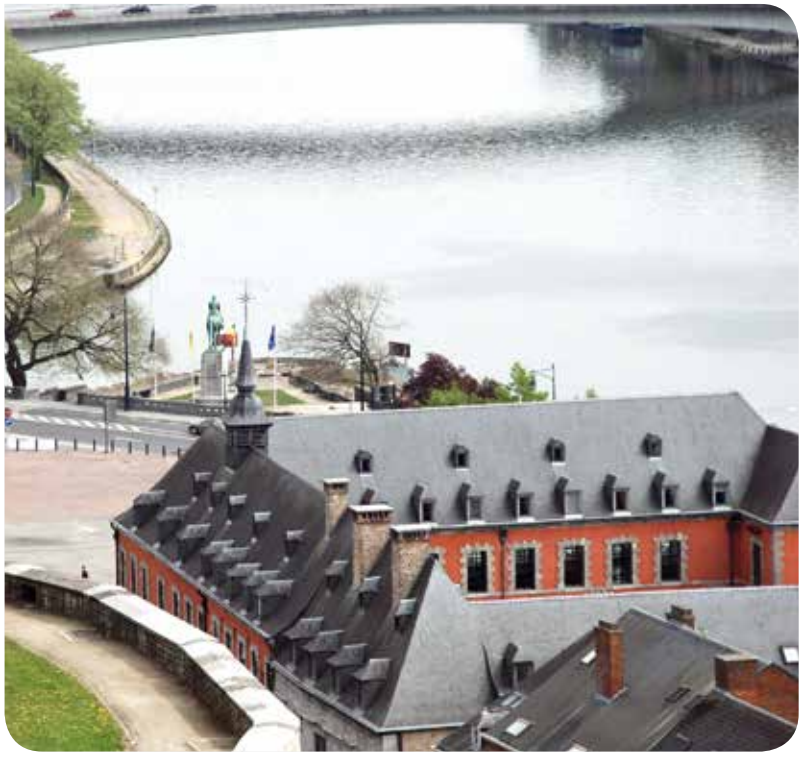
En vue des élections 2014, Mémorandum, Rois mages, Balises et débats avec les candidats nous ont permis d'exprimer vos préoccupations. Nous avons commencé, dans l'énéo-info d'octobre, à analyser la concrétisation dans les programmes gouvernementaux.

On le sait, les accords de majorité en régions ont été réalisés en juillet, deux mois après les élections. Budget pluriannuel en phase avec les exigences de convergences européennes, impact des nouvelles normes comptables imposées par Eurostat et arrivée d'importantes nouvelles compétences en ont rendu la rédaction complexe sans parler de l'articulation politique avec le niveau fédéral.

Les programmes gouvernementaux des régions wallonne et bruxelloise, vu les transferts de compétences, touchent le quotidien des 50+. Que retrouve-t-on de nos revendications dans ces textes?

Oser, Innover, Rassembler

Tel est le titre de l'accord Wallon. Les passages concernant le non-Marchand avec son emploi et l'économie sociale les définissent comme «*essentiels pour notre société*» et veulent «*préserver les services actuellement offerts, tout en inscrivant les outils existants dans l'objectif général de réforme des aides à l'emploi*». Les points APE (Aide à la Promotion de l'Emploi) peuvent toucher les associations soutenant les aînés mais le projet de budget prévoit, in fine, une diminution de la valeur des points de 1.5 % en 2015. Et quid pour la suite? D'autant que le gouvernement veut aussi «*limiter la multiplication d'accès*» à des réductions de cotisations sociales dans ce même système… On peut donc déjà se poser la question de la distance entre l'intention de l'accord et la réalité des contraintes budgétaires!



Du point de vue de la santé des personnes âgées, un organisme d'intérêt public sera bien créé en y intégrant aussi la politique des personnes handicapées. Le texte précise que «*les acteurs des secteurs concernés, dont les mutualités, seront associées aux organes de gestion*». Cela va dans la direction demandée du maintien d'un système où les représentants des patients sont à la manœuvre. La volonté affirmée de «*mettre le médecin de famille au cœur de la première ligne de soins*» rejoint indirectement notre revendication de rendre le DMG (Dossier Médical Global) obligatoire (compétence fédérale) et surtout cela renforce la coordination des préventions, avec aussi un soutien «*aux initiatives de pratique groupée (maisons médicales et centres médicaux)*».

Au chapitre IX sur les ainés, le gouvernement souhaite «*réserver prioritairement les maisons de repos et maisons de repos et de soins aux personnes les plus dépendantes et concentrer son action à l'avenir sur l'amélioration de la prise en charge à domicile*». Une bonne chose, d'autant plus que le maintien de la création des places MR/MRS annoncées est confirmé. Mais le budget 2015/16 n'enregistre aucune augmentation du quota d'heures pour les aides familiales… De plus, l'accord entend «*rétablir la justice du système en indexant les barèmes et tarifs*» et «*mieux articuler les services permettant de rencontrer des besoins de proximités (aide familiale, aide-ménagère et aide à domicile) avec le dispositif des titres services.*» Des intentions à suivre de près! Mais on trouve ici aussi la volonté de «jeter les bases d'une couverture autonomie pour tous les wallons» que nous réclamons ainsi qu'une volonté de renforcer le contrôle des prix des établissements d'hébergement.

Concernant le sport, la Région gère la compétence infrastructure et la Communauté le soutien aux fédérations. Heureusement, c'est le même ministre pour les deux entités (mais pas à Bruxelles …). Nous relèverons l'heureuse initiative de vouloir «*développer le cadastre existant des infrastructures sportives en élargissant son contenu (infrastructures scolaires et privées) et en le rendant accessible au public*. ÉnéoSport pourrait ainsi trouver des salles (équipées) à des heures sous-utilisées.

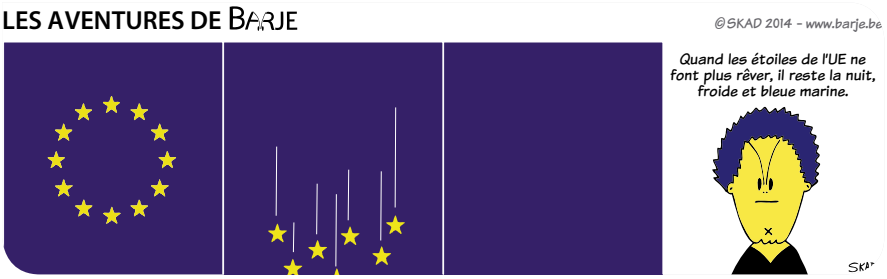
Pour la mobilité, si nos demandes en matière de «*synergies entre les différents opérateurs*» ainsi que de «*concertation …afin d'améliorer la complémentarité des offres*» rencontrent nos demandes, force est de constater que la question des tarifs séniors n'est pas abordée dans l'accord wallon. Bonne nouvelle cependant, la grille tarifaire TEC pour 2015 semble ne pas prévoir de modifications sur ce point.

COCOM, COCOF et Région Bruxelloise ont, elles aussi, concocté des programmes de législatures que nous retrouverons dans un prochain article.

Philippe Andrianne, Secrétaire politique d'Énéo

Europe

Le point commun entre le Pape François, un docteur congolais et Google ?


LES AVENTURES DE BARJE
©SKAD 2014 - www.barje.be
Quand les étoiles de l'UE ne font plus rêver, il reste la nuit, froide et bleue marine.
SKAD

Le Parlement européen !

Tout se passe au Parlement…

Entre déposer une motion pour scinder le géant Google en deux, accueillir le **Pape François,** proclamant au sein de l'hémicycle que « *la Méditerranée doit cesser d'être un grand cimetière* », et décerner le prix Sakharov au **Dr. Denis Mukwege**, pour sa lutte contre la violence faite aux femmes congolaises, les événements de taille se succèdent au Parlement européen !

Évènements de taille, mais pour qui?

Ce Parlement semble effectivement souffrir de son image… Ce n'est pas nous qui le disons, mais le président lui-même ! M. **Martin Shultz** affirme dans une récente interview, que « *le Parlement européen a un problème d'image* »…

Que se passe-t-il en effet au Parlement !

Il s'y passe beaucoup de choses quand on entend les parlementaires décrire leurs activités comme ce fût le cas lors de la journée d'étude d'Énéo le 13 novembre 2014 (dans le cadre du projet européen ASCE : Active Senior Citizen for Europe).. En effet, les intervenants – Mme **Marie Arena**, M. **Philippe Lamberts** et M. **Claude Rolin** – nous ont expliqué le rapport de force qui s'exerce sur plusieurs « axes », droite-gauche, anti ou pro-Europe, intérêts nationaux et européens, cause sociale et économique… non seulement entre les groupes politiques, mais même au sein de chaque groupe…

Dans ce contexte, il n'est pas évident de dégager une direction politique claire au profit des citoyens ! Mais de quel citoyen exactement ?

Ce Parlement européen n'est-il pas comme un reflet des citoyens représentés, avec leurs intérêts propres et, inévitablement, différents ? Chaque élu pense à ses électeurs, chaque pays pense à ses résidents et/ou à ses problèmes économiques et chaque résident à sa situation particulière. Autrement dit : chacun pense à soi, comme nous le faisons le plus souvent nous-même ! Et nos intérêts sont confrontés à d'autres intérêts différents. Il n'est pas évident de dégager une direction claire tout au long des années.

Le Parlement européen, enfin le « miroir » du peuple européen

Avant, le Parlement européen était un « mur » lointain sans aucun reflet. Il était « là », sans savoir trop pourquoi. Maintenant, il semble être plus « proche » de nous dans le sens où on commence à voir son véritable visage, un savoureux mélange d'espoirs et d'interrogations.

Bref, le défi politique du Parlement serait que les compromis entre tous ces « pro » et « anti » fassent avancer malgré tout l'Europe. « Avancer l'Europe » signifie un mouvement selon lequel l'Europe s'engage à protéger les citoyens, qui s'engagent à leur tour pour la cause européenne. Ce cercle ne peut être que vertueux pour le Parlement.

Chers parlementaires, dernière ou première chance, saisissez-la surtout !

Le nouveau président de la Commission européenne, M. **Jean-Claude Juncker** disait de sa Commission qu'elle était celle de la « *dernière chance* ». Pour le Parlement, si il s'effondre prenant en compte ses intérêts au détriment des citoyens, la chance se changera rapidement en échec, mais la grande différence pour la Commission européenne serait que la chance vienne non pas pour la dernière fois, mais pour la première fois. Le parlement devient enfin un sujet de confiance (ou de méfiance) en sortant de l'indifférence.

Mais saisissons cette chance d'une Europe qui évolue avec et par ces citoyens !

Kusuto Naïto, coordination service pension/Référent Europe

PS : Afin de vous aider à mieux comprendre le Parlement européen, nous avons rédigé un compte-rendu de la journée d'étude du 13 novembre sur l'Europe. Nous l'avons conçu comme un outil de formation et d'animation. Demandez-le au secrétariat fédéral ou dans votre régionale !

ASCE
Active Senior Citizens for Europe

Cher(e)s Éneistes, ou/ chers amis d'Énéo,

En tant que directeur du département socio-éducatif de la MC, j'ai eu la chance d'être administrateur délégué d'Énéo, mouvement social des aînés.

Lorsque j'ai eu 50 ans, Énéo Liège m'a invité à m'affilier, ce que j'ai fait sans hésiter. Aujourd'hui j'approche de mes 65 ans et je sais que ce sera un tournant important de ma vie puisque je quitterai une vie professionnelle qui m'a vraiment beaucoup apporté. Ce n'est plus moi qui représenterai la MC au sein du conseil d'administration mais une jeune dame, Noémie Jadin qui prendra le relais, avec les qualités qui sont les siennes, dès ce début d'année 2015.

Mais je resterai fidèle à Énéo, tout d'abord comme membre parce que j'adhère aux valeurs de ce grand mouvement, je demanderai à participer au groupe cyclo de la commune d'Ans, parce que j'aime le vélo, le plaisir et le bien être que ce sport procure et je resterai attentif aux actions sociales et politiques que le mouvement développe selon les actualités.

Énéo est un mouvement auquel chacun choisit d'adhérer, au sein duquel chacun s'épanouit mais aussi un mouvement où chacun avec d'autres agit pour une société « aînés admis » ; solidaires avec toutes les personnes plus précarisées lorsque surgissent les problèmes de santé et ou de handicap.

Énéo a beaucoup évolué au cours des 10 dernières années. Énéo, aujourd'hui est reconnu par les médias ; est écouté par le monde politique ; est sollicité pour l'expertise qui se révèle par des études de qualité, basées sur le vécu des aînés ; est la parole des aînés au sein de la Mutualité chrétienne, …. Le mouvement est aussi reconnu pour sa capacité à rendre les aînés vigilants sur les réalités sociales qui les entourent, compétents sur les matières qui les concernent et militant lorsqu'il faut agir pour dénoncer des reculs sociaux ou des situations intolérables. Cette démarche d'éducation permanente « Voir - Juger - Agir » reste à la base de notre mouvement, avec et pour les aînés. C'est à partir de l'écoute attentive du vécu de chacun qu'Énéo construit sa vision d'un projet de société où les aînés prennent leur place.

Que de chemin parcouru ! Les droits sociaux des aînés se sont améliorés au fil des années grâce aux mobilisations sociales ; beaucoup de choses restent à faire ; restons des vigies attentives pour que l'avenir ne soit pas synonyme de régression sociale.

Je voudrais saluer avec respect, admiration et reconnaissance, tous les volontaires, dans les groupes locaux, les clubs sportifs, les commissions sociales et politiques, les comités régionaux, les instances, … qui construisent avec Énéo, une vraie dynamique associative et responsable au sein de notre démocratie. Nous pouvons en être fiers.

Bien cordialement,

Christian Javaux,
administrateur délégué Énéo et
Directeur du département Socio-éducatif ANMC

énéoInfo
Trimestriel | 10 | Janvier 2015
Énéo Fédéral

Journal des membres d'
énéo
mouvement social des aînés asbl &
énéoSPORT

Énéo est le mouvement des aînés de la Mutualité chrétienne.

Editeur responsable :
Jean-Pierre Mailleux
Chaussée de Haecht 579
1031 Bruxelles
www.eneo.be
E-mail : eneo@mc.be

En partenariat

Avec le soutien de

Wallonie

Avec l'appui de

Votre journal est attentif à l'environnement en utilisant papier et film recyclables.